Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 131
Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБОУ школа № 131
Красносельского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 27.08.2026 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ школа № 131
Красносельского района
Санкт-Петербурга
от 27.08.2026 г. № 30-од

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6FDFF0D645E2934F92ED1005ADD82446
Владелец: Ненашева Людмила Николаевна
Действителен: с 16.06.2026 до 09.09.2027

АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Танцевальный карнавал»

Для 1 класса

Срок реализации: 1 учебный год

Разработчик: Гордеев Максим Юрьевич,
педагог дополнительного образования,
категория высшая.

Санкт-Петербург
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа образования обучающихся ГБОУ школа № 131 Красносельского района Санкт-Петербурга «Танцевальный карнавал» (далее – программа) разработана и реализуется для учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598) (в ред. приказа Минпросвещения России от 08.11.2022 № 955) (далее — ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ).
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 (далее – ФАОП НОО для обучающихся с ОВЗ) и с учётом приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 17.07.2024 № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства Просвещения Российской Федерации, касающихся федеральных адаптированных образовательных программ»;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ».
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
- Конвенцией о правах ребёнка (резолюция 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989).
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного

санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее- СанПиН 1.2.3685-21);

– Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20).

Данная программа дополнительного образования «Танцевальный карнавал» разработана для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и является составной частью коррекционно-развивающей работы. Реализация программы осуществляется во внеурочное время педагогом дополнительного образования.

- *Чёткая коррекционно-развивающая направленность***.** В цели и задачи прямо закладываются задачи по развитию конкретных функций: памяти, внимания, восприятия, моторики, эмоциональной сферы, коммуникативных навыков.

- *Поэтапность и доступность***.** Материал подаётся небольшими порциями, с частой сменой видов деятельности, чтобы избежать переутомления. Используются только те элементы, которые ребёнок может освоить на доступном уровне.

- *Наглядность и предметно-действенный характер обучения***.** Много внимания уделяется показу, тактильным ощущениям, работе с реальными и воображаемыми предметами, пластическим этюдам.

- *Индивидуализация.* Группы формируются с учётом схожих психофизических особенностей, но при этом важно оставлять пространство для гибкой перегруппировки по мере прогресса ребёнка.

- *Баланс между обучением и коррекцией***.** Образовательные задачи (знакомство с хореографией , основам пластики) сочетаются с коррекционно-развивающими (развитие памяти, внимания, коррекция речевых и двигательных навыков.

- *Особая организация пространства и режима***.** Создаётся щадящая, комфортная среда: контролируется длительность занятий (часто сокращают академические часы), обеспечивается пространственная организация (например, наличие зеркал, чтобы ребёнок лучше чувствовал своё тело).

- *Разнообразные формы работы***.** Помимо традиционных занятий, активно используются игровые методы, тренинги (на внимание, память, фантазию), этюды, импровизация, репетиции.

- *Тактильная методика***.** При освоении сложных движений или элементов может применяться полный физический контакт педагога с учеником (тактильная подсказка), чтобы помочь «поймать» движение.

- *Акцент на коллективной деятельности***.** Поскольку многие задачи требуют взаимодействия, большое внимание уделяется работе в группе: совместные этюды, подготовка общего номера, распределение ролей с учётом возможностей каждого.

- *Здоровьесберегающие технологии***.** В занятия включаются элементы, которые помогают снимать мышечные зажимы, развивать дыхание, работать над выразительностью.

- *Взаимодействие со специалистами***.** Эффективно привлечение к работе не только педагога, но и психолога, логопеда, дефектолога — они помогают точнее подбирать коррекционные приёмы.

- *Система отслеживания прогресса***.** Проводится начальная, промежуточная и итоговая диагностика. Оцениваются не только технические навыки, но и личностные изменения: рост уверенности, улучшение взаимодействия в группе, способность к саморегуляции.

- *Создание ситуации успеха***.** Важно постоянно подчёркивать даже небольшие достижения ребёнка, чтобы поддерживать мотивацию.

Актуальность программы -- в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Актуальность этой программы состоит в том, что благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Психолого-педагогическая характеристика для обучающихся с интеллектуальными нарушениями (с умеренной степенью умственной отсталости) определяются с учетом рекомендаций ПМПК, психолого-педагогических особенностей обучающихся и их особых образовательных потребностей.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Уровень программы – ознакомительный.

Объем – 68 часов.

Срок освоения программы – 1 год.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса –в соответствии со схожими индивидуальными психофизическими и поведенческими особенностями обучающиеся комплектуются в группы.

Состав группы постоянный. На занятиях происходит постоянная смена видов деятельности. В рамках новых тем предусматривается возвращение к ранее изученному материалу, для более успешного его осмысления и результативного освоения формируемых навыков. На каждом занятии стимулируется коммуникация обучающегося, его самостоятельная творческая активность, отрабатываются навыки культурного общения. В конце занятия педагог дает родителям рекомендации по проведению предварительной работы к следующей теме, чтобы, придя на занятие, обучающийся имел некоторые представления о предметах и явлениях, изучаемых в рамках данной темы.

Каждое занятие содержит как теоретический материал (информация для сопровождающих родителей, знания по теме для обучающихся), так и практическую совместную детско-родительскую деятельность.

Основным принципом программы является принцип индивидуального подхода к ребенку, учет его возрастных, физических, эмоциональных особенностей, учет его интересов. Программа построена на принципах доступности, включенности, наглядности, последовательности, на принципе сотрудничества (сотрудничества ребенка с педагогом, с родителями).

Программа адресована учащимся в возрасте от 7 до 11 лет, проявляющим интерес к различным направлениям современного танца.

К занятиям современными танцами допускаются только те учащиеся, у которых отсутствуют противопоказания к физическим нагрузкам.

Наличие специальной физической подготовки не требуется.

Для формирования постоянных групп набор детей проводится в начале учебного года.

В течение учебного года в объединение могут быть приняты все желающие прошедшие собеседование, при отсутствии медицинских противопоказаний и при наличии свободных мест.

Наполняемость групп: 1 год обучения до 15 человек.

Цель программы: Создание условий для физического развития и формирования художественной культуры средствами хореографической деятельности, способствовать стремлению детей самовыражаться в движении, развить творческие способности детей.

Задачи

Образовательные:

- Формировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- Развитие познавательного интереса к современному искусству;
- Приобретение умения слушать и чувствовать музыку;
- Художественно просветить детей, привить интерес к искусству танца;
- Формировать необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- Формировать знания о здоровом образе жизни;

Коррекционно-развивающие:

- Развить мышечную силу, гибкость, выносливость;
- Развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание;
- Приобрести гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;
- Развить творческие способности обучающихся;
- Развить коллективную и творческую деятельность;
- Развить эмоционально-волевые качества;
- Развить мотивацию к ведению здорового образа жизни;

Воспитательные:

- Воспитать внимание, дисциплинированность, волю и самостоятельность;
- Воспитать чувство дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;

- Формировать нравственные представления;
- Формировать творческое отношение к выполняемой работе;
- Воспитать стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

Срок реализации программы: 1 год.

Особенности организации образовательного процесса:

Режим занятий

Занятия в группе 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу (40 минут), что обусловлено спецификой образовательной деятельности, способом подачи учебного материала.

Формы организации деятельности учащихся

Групповые занятия, мелкогрупповые, индивидуальные, сводные репетиции.

Формы проведения занятий

Комбинированное занятие. Беседа, концерт, репетиция, практическое занятие.

Индивидуальные занятия проводятся для постановки сольного номера, работы над образом, отработки отдельных партий, элементов используются индивидуальные занятия

Сводные репетиции проводятся со всем концертным составом для постановки хореографических композиций.

Методы обучения.

Словесный:

Объяснение музыкального сопровождения, история рождения танца, обсуждение концертных выступлений.

Наглядный:

Показ упражнений, просмотр видеоматериалов с танцами.

Практический:

Практический метод используется в форме урока, репетиции, постановочная работа, концерт.

Формы подведения итогов реализации программы

- Открытые занятия 2 раза в год.
- Концерт.

Содержание разделов:
Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	1	1	-	Входной контроль. Наблюдение. Самоконтроль.
2	Раздел 2. Развитие двигательных навыков	8		3	Текущий контроль. Практический контроль. Наблюдение.
3	Раздел 3. Классический экзерсис у станка, на середине. Танцевально-двигательные упражнения.	46		3	Текущий контроль. Практический контроль. Наблюдение.
4	Растяжка на все группы мышц	7		3	Текущий контроль. Практический контроль. Самоконтроль.
5	Танцы (постановка, репетиции, концерты)	3		11	Текущий контроль. Наблюдение. Итоговый контроль.
6	Контроль и итоговые занятия	1		1	Наблюдение. Практический контроль
	Итого:	66	1	65	Наблюдение. Практический контроль

Планируемые результаты обучения

Результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. Некоторые ожидаемые результаты могут появиться только в процессе длительного целенаправленного специального обучения.

Личностные результаты:

- потребность и начальные умения выражать себя в танцевальной и практической деятельности;
- адаптация обучающегося к условиям детско-взрослой общности, умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, работать в коллективе;
- получение удовольствия, радости от определенного вида деятельности;

- умение выражать свое отношение к результатам деятельности;
- социализация и раскрытие личностных потенциалов обучающегося, удовлетворение его потребностей в творческом самовыражении в процессе танцевальной деятельности.

Предметные результаты:

Учащиеся должны знать:

- принципы здорового образа жизни;
- техники исполнения и принципа движения стилизованной хореографии;
- пантомиму;
- изученные комбинации и композиции, групповые постановки;
- комплекс упражнений на растяжку.

Учащиеся должны уметь:

- слышать музыку, и ритм;
- исполнять движения в соответствии с характером;
- выполнять танцевальные композиции под музыкальное сопровождение;
- двигаться грациозно и красиво, выполнять стилизованные хореографические движения;
- выступать командой, дуэтом, соло в соответствии с выученными композициями.

Метапредметные результаты:

- Развитие познавательных способностей: произвольного внимания, образной и словесно-логической памяти, пространственного и творческого мышления через выполнение специальных театральных упражнений и анализ сценических задач.
- Раскрытие творческого потенциала и индивидуальности: умение генерировать и реализовывать собственные творческие замыслы, проявлять инициативу в подготовке постановок, находить нестандартные решения.
- Формирование ценностно-смысловой и мотивационной сферы: проявление устойчивого интереса к театральному искусству и осознанной потребности в творческой самореализации, готовность к преодолению трудностей для достижения сценического результата.
- Развитие умения планировать свои действия на этапах работы над спектаклем, осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов деятельности.

Коррекционные результаты:

- Содействие успешной социальной адаптации и раскрытию внутренних ресурсов личности.
- Развитие волевой сферы: умения управлять своими действиями, концентрироваться на задаче, соблюдать договорённости.
- Коррекция недостатков развития эмоционально-волевой, социально-коммуникативной, познавательной и двигательной сфер.
- Расширение и обогащение опыта реального взаимодействия со сверстниками, развитие умения передавать свои впечатления и соображения так, чтобы быть понятым другим человеком.

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ

Система контроля результативности обучения.

Формы выявления и предъявления результата

- Конкурсы
- Опрос
- Собеседование
- Анализ мероприятий
- Наблюдение
- Анализ результатов участия детей в мероприятиях, в социально-значимой деятельности

Виды контроля:

Входной контроль - это оценка исходного уровня знаний, обучающихся перед началом образовательного процесса.

Текущий контроль - это оценка качества усвоения учащимися содержания конкретной темы образовательной программы (по усмотрению педагога фиксируются в дневнике наблюдений и пр.).

Итоговый контроль - это оценка уровня достижений учащимися, заявленных в образовательной программе по завершении всего образовательного периода.

Организация контроля

Входной контроль - в начале первого года обучения

Текущий - в течение года

Итоговый контроль - в конце обучения программы.

Содержание и критерии оценки результатов обучающихся дополнительной образовательной программы

Алгоритм подсчета результатов:

1. подсчитывается количество баллов по каждой вертикальной графе по каждому уровню;
2. подсчитывается сумма баллов по каждому уровню и выставляется в графе «Сумма балов».

Ф.И. обучающегося_____ Возраст_____ Учебный год_____

- I. Предметные результаты обучающегося	
- 1.1. Теоретические знания учащегося (по разделам учебного плана образовательной программы) Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	
- Степень выраженности	- Баллы
- Минимальный уровень: овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой	-1
- Средний уровень: овладел более чем ½ знаний, предусмотренных программой - Максимальный уровень: овладел практически всем объемом знаний, предусмотренных программой	- 2 - 3
- 1.2. Практические умения и навыки обучающегося, предусмотренные программой: Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	
- Минимальный уровень: овладел менее чем ½ объема умений и навыков, предусмотренных программой	- 1
- Средний уровень: овладел более чем ½ умений и навыков, предусмотренных программой	- 2
- Максимальный уровень: овладел практически всем объемом умений и навыков, предусмотренных программой	-3
- II. Метапредметные результаты обучающегося	
- **II.1. Самоконтроль:** Умение контролировать свои поступки/приводить к должному свои действия	
- Постоянно действует под воздействием контроля извне	-1
- Периодически контролирует себя сам	- 2

- Постоянно контролирует себя сам	- 3
- I1.2. Коммуникативные действия: Взаимодействие и сотрудничество в системе «педагог-обучающийся» и «обучающийся-обучающийся».	
- Минимальный уровень умений (затруднён контакт со сверстниками и педагогом, провокация конфликтных ситуаций)	-1
- Средний уровень (идёт на контакт со сверстниками и педагогом, организация общения с помощью педагога, умение решать	- 2
- Максимальный уровень (проявление активности в контакте со сверстниками и педагогом, умение эмоционально сопереживать, решать конфликтные ситуации)	- 3
- III.2. Терпение: Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	
- Терпения хватает < чем на ½ занятия	-1
- Терпения хватает > чем на ½ занятия	- 2
- Терпения хватает на всё занятие	- 3
- IV. Уровень мероприятий, в которых участвует обучающийся	
- Районный - Городской	
- Всероссийский	
- Сумма баллов	
- Средний балл (сумма баллов делится на 7)	

Педагог_____дата_____подпись_____

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09	26.05	34	68	68	2 раза в неделю по 1 часу

Календарно-тематический план на 1 год обучения гр. 1

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема раздела, учебного занятия	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
1. Вводное занятие					
1		Вводное занятие	1	1	
2. Развитие двигательных навыков					
2		Музыкальное сочетание	1		1
3		Начало и окончание движения	1		1
4		Расклад движений по работе корпуса	1		1
5		«Темп» и «ритм»	1		1
6		Характер и темп в музыке	1		1
7		Координация рук и ног	1		1
8		Танцевальная разминка	1		1
9		«Танцевальные точки»	1		1
3. Классический экзерсис					
10		Терминология классического танца	1		1
11		Прямая осанка	1		1
12		Позиции рук и ног	1		1
13		Координация рук и ног в параллельном и оппозиционном движении	1		1
14		Положение корпуса, головы	1		1
15		Линия танца	1		1
16		Углы поворотов	1		1
17		Позиции классического танца	1		1
18		Шаги	1		1
19		Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет	1		1
20		Движение перестроениями	1		1
21		Движение с высоким подъёмом колена	1		1
22		Основные танцевальные движения под счет и под музыку	1		1
23		Повороты	1		1
24		Повороты	1		1
25		Репетиционно-постановочная работа	1		1

26		Элементы пластики рук и корпуса	1		1
27		Повторение материала	1		1
28		Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет	1		1
29		Движения для корпуса, рук и головы	1		1
30		Ритмический рисунок и динамический акцент музыки	1		1
31		Повторение материала	1		1
32		Репетиционно-постановочная работа	1		1
33		Музыкальное сочетание	1		1
34		Расклад движения по работе корпуса	1		1
35		Координация движений, темп	1		1
36		Комбинация	1		1
37		Простые и сложные пристанные шаги	1		1
38		Расклад движения по координации	1		1
39		Работа с техникой исполнения	1		1
40		Повторение материала	1		1
41		Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет	1		1
42		Основные позиции рук и ног. Основные положения корпуса, головы.	1		1
43		Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений	1		1
44		Комбинация в ритмах	1		1
45		Соединение разученных движений в танец	1		1
46		Импровизация-самостоятельная работа	1		1
47		Закрепление пройденного материала	1		1
48		Повышение уровня развития физических умений	1		1
49		Партерная разминка	1		1
50		Импровизация движений на музыкальные темы	1		1
51		Постановка общего этюда	1		1
52		Ритмико-гимнастические упражнения	1		1
53		Постановка танцевального номера	1		1
54		Работа над пластикой тела	1		1

55		Партерная разминка	1		1
56		Закрепление пройденного материала	1		1
57		Повторение танцевальной композиции	1		1
4. Растяжка на все группы мышц					
58		Варианты динамической растяжки	1		1
59		Упражнения на гибкость	1		1
60		Растяжка мышц шеи, мышц груди, для мышц рук	1		1
61		Варианты статической растяжки	1		1
62		Варианты динамической растяжки	1		1
63		Упражнения на гибкость	1		1
64		Упражнения на осанку	1		1
5. Танцы (постановка, репетиции, концерты)					
65		Ориентация на сценических площадках	1		1
66		Рисунок танца	1		1
67		Переходы и перестроения	1		1
	6. **Контрольное и итоговое занятие**				
68		Контрольное занятие	1		1
Итого			**68**	**1**	**67**

Перечень дидактических и методических материалов.

Список литературы для педагога:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»- «Рольф», М., 2000;
2. Чибрикова А.Е. Ритмика- М., «Дрофа», 2006;
3. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»: программа по ритмической пластике для детей младшего школьного возраста»-4-е изд., Фонд «Петербургский центр творческой педагогики «Аничков мост», 2015;
4. Пин Ю. Перспективные направления и формы обучения танцам. - СПб., 2006;
5. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца», «Лань», М., 2006;
6. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танцев для юных., СПб, 2003;
7. Смит Л. Танцы. Начальный курс, М., 2001;
8. Климов А.А. «Основы русского народного танца»; Москва, МГИК, 1964;
9. Красикова И.С. «Осанка» Санкт-Петербург,»Корона принт», 2003;
10. Ваганова А. «Основы классического танца» - 6-е изд., С-Пб., 2001;
11. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца», -С-Пб.Планета Музыки;»Лань» 2010 г.

Список литературы для учащихся:

1. Физкультурные минутки. О.В. Узорова, Е.А. Нефедова. Изд-во «Лстрель» Аст-Ермак 2004
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца». Орел, 2004
3. Фонарева М.И. Развитие движений ребенка - М., «Просвещение», 2006 г

Электронные образовательные ресурсы:

- мультимедиа в обучении школьников http://www.mosedu.ru/tutor/methods/multimedia.php
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://fcior.edu.ru/
- http://www.3dvideo.ru - образовательные и обучающие видео-программы
- http://www.mp3.ru - Российский информационно - музыкальный Сервер